



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mıtevazı Lezzetler® Ricette di cucina

Minestrone di Verdura con Carne

Etli Sebze Çorbası



200 gr di bistecche
1 cavolo medio
1 patata
1 porro
10 spinaci
1 cucchiaio di burro
1 cucchiaino di cumino
2 cucchiaini di sale
9 bicchieri d'acqua

- # Cavolo e patata si sbuciano e si tagliano. Poi si filtrano spinaci e si tagliano.
- # Nea pentola si mette il burro e dopo aver sciolto si aggiungono le verdure.
- # Si aggiunge la carne e si arrossiscono finché cambia il colore.
- # Aa sora si aggiunge l'acqua calda poi si coperta il coperchio e si cucina circa er 20 minuti.
- # Poi si levano le carne e si tagliano.
- # Le verdure si fanno passare dal blender.
- # Poi minestrone si rimette sul fuoco si aggiungono sale carne e cumino .
- # Si bolisce per una schiumata e poi si regola a basso e si cucina così per 5 minuti.
- # Servirsi in caldo.

Nota: Questo minestrone si è preparato con le verdure di inverno. Si può preparare anche usare con la stessa quantità verdure d'estate.